

مباراة توظيف تقنيين من الدرجة الرابعة
-دورة 21 أكتوبر 2023-

الاختبار الكتابي العام:

- المعامل: 2.
- المدة: 3 ساعات.

عالم حسب اختيارك أحد الموضوعين الآتيين:

الموضوع الأول:

تُعرّف إدارة الوقت على أنّها: عملية يتم من خلالها ترتيب المهام التي سيتم تحقيقها، والتأكد من إنجازها في الوقت المحدد لذلك، وهي الكيفية التي يتم فيها قضاء ساعات العمل، مع تحديد الأولويات للمهام؛ بهدف تحقيق أكبر قدر من الكفاءة، وتعدّ مهارة إدارة الوقت من أكثر المهارات فاعلية في حياة الإنسان؛ فالأفراد جميعهم لديهم القدر نفسه من الوقت، إلا أنّ مهارة إدارة الوقت تُمكن من امتلاكها من تحقيق أهدافه في العمل، والحياة الاجتماعية. وتُشير إدارة الوقت إلى استخدام الوقت بفعالية؛ حيث يتم تحديد الوقت المناسب للنشاط الصحيح، وتحديد الأنشطة تبعاً لأهميتها، وإدارة الوقت تعني باختصار الاستخدام الأمثل للوقت؛ إذ يتمّ الوقت بالمحدودية.

إنّ الاستخدام الأمثل للوقت يتم من خلال إدارته، وتنظيمه؛ وذلك لتحقيق النجاح في الحياة، ويكون ذلك من خلال ما يأتي:

تحديد الأولويات: حيث تُعرّف الأولويات على أنّها: الأمور الواجب تنفيذها على نحو عاجل؛ أي الأمور المُستعجلة، إذ يتم وضع خطة تُكتب فيها المهمات، والوقت المحدد لإنجاز كلّ مهمة، وتُكتب المهام ذات الأولوية في البداية، ثم تتدرّج المهام إلى الأقل، ثم الأقل أهمية.

التأكد من إنجاز المهام: لا بُدّ من التأكد من إنجاز المهام في الوقت الذي تمّ تحديده لإنجازها.

تحديد العمل المهمّ والمُستعجل: لا بُدّ من فهم الفرق بين العمل المهمّ، والعمل المُستعجل الضروري؛ إذ يلزم البدء أولاً بالعمل الذي لا يمكن تأجيله، ومن ثم أداء الأعمال الأخرى.

التركيز: لا بُدّ من المحافظة على التركيز أثناء أداء مهمة ما إلى حين إنهاؤها، وعدم الانشغال بما يُعيق الاستمرار في إنجازها، حيث إنّ الانقطاع يؤدي إلى فقدان التركيز في العمل.

تحديد وقت للراحة: إذ إنّهُ يجب وضع بعض الوقت في الجدول اليومي؛ للحصول على قسط من الراحة، ذلك لأنّ الإنسان ليس آلة قادرة على الإنجاز المُتواصل.

وضع أهداف واقعية: لا بُدّ من معرفة ما يحتاج الإنسان إلى تحقيقه، والوقت المطلوب لذلك، إذ إنّهُ من المهمّ وضع أهداف تتسم بالواقعية، بحيث تكون قابلةً للتحقيق.

التطوير من عادة التنظيم: يساعد التنظيم، والتخطيط بشكل جيد على إدارة الوقت، وقد يتم ذلك من خلال وجود مفكرة، وقلم؛ للتدوين، والاحتفاظ بالملاحظات المهمة؛ إذ إن الفوضى من الأمور التي تهدر الوقت.

تُساعد إدارة الوقت على تحقيق الاستخدام الأفضل للوقت المتاح، كما أن لها دوراً مهماً في حياة الفرد المهنية، والشخصية، ومن هذه الفوائد ما يأتي:

الدقة والانضباط: حيث إن إدارة الوقت بفاعلية تُعلم الفرد الانضباط، والدقة في إدارة العمل المطلوب منه، من خلال وضع خطة للمهام المطلوبة في بداية اليوم، والوقت اللازم لإنجازها، مما يزيد من إنتاج الفرد.

التنظيم: حيث إنه من خلال الإدارة الفعالة للوقت، يصبح الفرد أكثر تنظيماً، وذلك عن طريق ترتيب الأشياء في مكانها المناسب، مما يقلل الفوضى، وهدر الوقت في البحث عن هذه الأشياء عند الحاجة إليها.

الثقة ورفع المعنويات: ترتفع معنويات الفرد، وتزيد ثقته بنفسه؛ نتيجة إدارة الوقت الناجحة؛ حيث ينجز الفرد المهام ضمن الفترة الزمنية المحددة، مما يجعله متميزاً بين زملائه، وفي مكان عمله.

تحقيق الأهداف: تجعل إدارة الوقت الفرد يلتزم بخطة زمنية، مما يساعده على تنظيم وقته، وتحقيق الأهداف في أقصر فترة زمنية ممكنة، بحيث يكون تحقيق هذه الأهداف قبل المواعيد النهائية.

الإنتاجية والنجاح: تُساهم إدارة الوقت في تحقيق النجاح للفرد، والاستمرار فيه، كما أن إدارة الوقت الناجحة دور مهم في زيادة إنتاجية للفرد؛ إذ إنه كلما تمكن الفرد من إدارة وقته بفاعلية، زاد إنتاجه.

التخطيط: تُساعد إدارة الوقت الأفراد على التخطيط الناجح، وتمكينهم من التحلي بالمقدرة على التوقع، والتنبؤ بالمستقبل.

التقليل من التوتر والقلق: إن إنجاز المهام في الوقت المحدد يقلل من تعرض الفرد للتوتر، والقلق، مما يؤدي إلى حفظ الوقت، وعدم ضياعه، وبالتالي إيجاد مُتسع من الوقت لدى الفرد؛ لأداء الأنشطة الأخرى.

تتّم عمليّة إدارة الوقت من خلال المهارات، والمبادئ، والممارسات التي تُساعد على استغلال الوقت، وإنجاز المطلوب، كما أنّها تُعتبر من الأمور المُهمّة التي تُعلّم الفرد كيفية الاستفادة من وقته بطريقة فعّالة، ومن أهمّ الأمور الدالّة على أهميّة الوقت:

خصوصيّة الوقت: حيث إنّ الوقت يُعدّ من الموارد الخاصّة التي لا يمكن تخزينها، أو الاحتفاظ بها؛ لاستخدامها فيما بعد، وذلك لأنّ لكلّ فرد مقدار الوقت ذاته، وهو لا يستطيع استرجاع الجزء الذي لم يتمكّن من استغلاله بطريقة جيّدة منه.

محدوديّة الوقت: يُعدّ الوقت من الموارد المحدودة، والمُتمثّلة بأربع وعشرين ساعة في اليوم؛ لذا لا بدّ من التخطيط؛ للاستفادة منه بحكمة.

الخيارات المُتاحة: هناك الكثير من الخيارات المُتاحة أمام الفرد كلّ يوم، وبعض هذه الخيارات قد تحرقه عن مساره، وهدفه، ممّا يتسبّب في هدر الوقت في الأنشطة غير المُهمّة، والمُضيّعة للوقت، والطاقة؛ ولهذا فإنّه لا بدّ من التحلّي بالإرادة القويّة، والانضباط الذي يُحقّق الهدف، دون إضاعة للوقت، والطاقة.

المصدر: الكاتبة أريج غاتم . أبريل 2022

الأسئلة

1. ضع عنوانا مناسباً للنص.
2. حسب ما جاء في النص، اذكر الطريقة المثلى لإدارة الوقت.
3. لخص النص في 15 أسطر على الأكثر.
4. قم بترجمة الملخص إلى اللغة الفرنسية.

الموضوع الثاني:

Le réchauffement climatique est un phénomène global de transformation du climat caractérisé par une augmentation générale des températures moyennes (Liée aux activités humaines), et qui modifie durablement les équilibres météorologiques et les écosystèmes.

De façon plus précise, Lorsque l'on parle de réchauffement climatique, on parle de l'augmentation des températures liées à l'activité industrielle et notamment à l'effet de serre : On parle donc parfois du réchauffement climatique dit "d'origine anthropique" (d'origine humaine). Il s'agit donc d'une forme dont les causes ne sont pas naturelles mais économiques et industrielles.

De nombreux scientifiques étudient ce phénomène et tentent de comprendre comment les activités des sociétés humaines provoquent ce réchauffement. Ces scientifiques sont regroupés au sein du GIEC (Groupe international d'experts sur le climat) et ils publient régulièrement des rapports étudiant l'évolution du réchauffement climatique.

Le GIEC rend son premier rapport en 1990, puis plusieurs autres périodiquement jusqu'à son dernier rapport en 2014.

Dans ces rapports, la communauté scientifique du GIEC analyse les causes du réchauffement climatique, et son impact sur L'écosystème et sur la société, en élaborant des modèles prédictifs.

Les modèles du GIEC ont permis d'établir les causes du réchauffement climatique, c'est à dire de savoir d'où provient ce réchauffement climatique, ce qui le provoque. Grâce aux scientifiques, on sait que ce sont principalement les émissions de gaz à effet de serre d'origine humaine qui influencent le climat. Mais d'où viennent ces émissions ? Principalement c'est la production d'énergie (Électricité, Chauffage...) et notamment des énergies fossiles et des carburants pour les transports qui cause le réchauffement climatique. En suite arrive la gestion des territoires et notamment la déforestation, l'agriculture mais aussi l'élevage.

Grâce aux travaux du GIEC et des autres scientifiques, on comprend désormais mieux les conséquences de ce phénomène sur notre vie. D'abord, une augmentation des températures à cause du réchauffement climatique affecte l'ensemble de l'écosystème mondial et pas seulement la chaleur ressentie, la météo s'en trouve perturbée avec une augmentation des phénomènes météorologiques extrêmes, des changements des modèles météorologiques habituels. Cela veut dire plus de tempêtes, plus d'inondations, plus de cyclones et de sécheresses.

La capacité de régulation des océans est aussi affectée par une augmentation des températures.

Sur la société et l'économie, Le réchauffement climatique peut avoir potentiellement plusieurs conséquences : la capacité des sociétés à s'adapter à un nouveau climat, à adapter leurs infrastructures, notamment médicales, mais aussi leurs bâtiments. Le réchauffement

